

4月

【予約制】消毒・換気・少人数など引き続き対策中

ご予約はこちら



友だち募集中

@376mvain



Dog ハーブセラピー講座 犬の植物療法〜ブレンドハーブ作り〜

ハーブセラピーとは 植物の力を借りて犬の心や身体を癒す方法です
健康を維持する身体づくり、病後後の心身ケアを
日々ハーブの力で体調ケアをしていきます



大切なワンちゃん、植物の力でいつまでも元気に！

ハーブセラピーは植物療法と呼ばれ
植物の栄養や抗酸化力を利用して、
日々の健康を保つことを目標に
身体や心の不調を回復させることです



ヨーロッパ、アメリカなどでは
人間、動物共に医療現場でも使われており
研究結果のあるメディカルハーブを使い
ワンちゃんの体調に合わせて体調管理しましょう

- ◆講師 窪田かな Herb Style
(漢方心理栄養学、ハーバルセラピスト(社)日本アロマセラピー学会会員)
- ◆ワンちゃん情報 体重、既往症、飲んでいる薬、サプリを
お知らせください
- ◆日時 4月12日(日) 13時~15時
- ◆参加費 4,500円 (講座+ワークショップ※)

※ワークショップでは最大に合わせたブレンドハーブを作ります



【NEW】4/12(日) 13:00-15:00
参加費：4500円 講師：窪田かな

★ワンちゃんの
体重・既往症・飲んでいる薬・サプリを
お知らせください

Coco なつつつ市

きもの、和のある暮らし

4/5 & 6
sun mon
10:00-16:00

◆講師 窪田かな Herb Style
(漢方心理栄養学、ハーバルセラピスト(社)日本アロマセラピー学会会員)

◆ワンちゃん情報 体重、既往症、飲んでいる薬、サプリを
お知らせください

◆日時 4月5日(日) 10:00~16:00

◆参加費 4,500円 (講座+ワークショップ※)

※ワークショップでは最大に合わせたブレンドハーブを作ります

【申し込みはココソレイユ info@cocosoleil.net 080-5404-8484】

【NEW】4/5&6(日)(月)10:00-16:00
プチプラ着物市●お着物相談●つまみ細工
リパティの替え袖●和小物●お香グッズ
ビーズの羽織紐●土鍋調理●お煎茶体験
AshiLomi●ドライヘッドスパ

やまと式 かずたま術に 触れてみる会

お名前とお誕生日から導かれる
あなたの人生の設計図
に触れる

日程 4月25日(土) 13:30 ~ 15:00

日程 コソソレイユ
横浜市青葉区新石川2-13-18 グレイスピーノ 401
田園都市線 たまプラーザ駅/あざみ野駅下車 徒歩8分

会費 2,000円

プログラム

- ① 数の不思議
- ② やまと式かずたま術とは
- ③ 役割や役割(資質)についての
体感ワークとシェア
- ④ 3分間鑑定プレゼント

かずたま術とは? お申し込みはこちら お問合せはこちら

鑑定士 やまと式かずたま術公認鑑定士 神楽 洋

かずたま術に出会い、
自分の人生に納得することができました。
人はそれぞれ持って生まれた役割と資質があります。
みんな違って、みんないい。
人と比べず、自分らしく生きる人応援しています。

【NEW】4/25(土) 13:30-15:00
参加費：2000円 講師：神楽洋
★お名前と生年月日から導き出す
人生の設計図。ご自分の役割と資質を
体感するワークショップです。

定期開催中

毎月開催

4/4土 4/28火

2026年4月より日曜クラス開催
きものあとろしーなつー

着付けレッスン

苦しくない
着崩れない
美しい
人気のレッスン

毎月開催

肩凝りリンパケア

4/4土

13:00-13:45 ボディ
14:00-14:45 フェイス
リンパケア道場

参加費：2000円
ゆるっとゆるめて
引き上げるやさしい
リンパケア

毎月開催

JAZZボーカルWS

4/4土

15:00-16:30

参加費：3000円
プロシンガー
黒田ナオコ指導

毎月開催

アイシングクッキー
LESSON

4/10火

10:15-12:15

参加費：5000円
作って楽しい・見て楽しい・食べて美味しい

毎月開催

アイロニー認定
フラワーLESSON

4/18土

14:00-16:00

参加費：9900円
芦屋・南青山・パリに
あるフローリスト認定

Cocoマルシェ

4/20月

10:00-16:00 毎月第3(月)

ココマルシェ

毎月開催

4/20月

17:00-19:00

京都大覚寺発祥
いけばな嵯峨御流

参加費：5,500円
体験：3,000円
和の美しさを

毎月開催

4/21火

14:00-18:00

好きなもの編む編む
ニットカフェ

参加費：5000円
ニット作家
山ぶどう作家が指導

毎月開催

4/23木

15:00-16:30

大人の
ダンスレッスン

参加費：2000円
毎回1曲
サビを仕上げます

毎月開催

4/23木

15:00-16:30

大人の
ダンスレッスン

参加費：2000円
毎回1曲
サビを仕上げます

火午後

4/23木

14:00-18:00 60分 8,800円

筋膜リリース
小顔リフトアップ

初回：8800円
通常90分：16000円
重たいまがたすっきり

毎月開催

4/23木

13:00-17:00

『究極の洗顔術』
アムソアタイムンシャンプー70Gを連発

60分2500円
自己流を見直すだけで
保湿力UP

あなたにピッタリがココにある コソソレイユ

080-5404-8484 坂の途中の黄色い洋館

横浜市青葉区新石川2-13-18 グレイスピーノ401

https://cocosoleil.net info@cocosoleil.net



2026年4月スケジュール

★ゆったり動く

★★ちょっと汗かく

★★★しっかり動く

●子連れOK

月	火	水	木	金	土	日
JazzボーカルWS 毎月第1(土) 15:00-16:30 各回3000円 黒田ナオコ 毎月1曲 スタンドを 		10:10-11:10 ● 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 ● メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:30 ● ストレッチボール ★★Mika 	10:10-11:10 ● 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 ● 骨盤ヨガ ★ともこ 13:00-17:00 ● 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」 	10:10-11:10 ● バリダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ● バリダンス入門 Fumina 	9:00-10:00 ● スライドボード&ストレッチ ★★ともこ 10:30-11:30 ● ベーシックヨガ ★~★★ともこ 着付けレッスン 10:30-12:30 なつ藤 13:00-14:00 ● リンパケア道場 井川十萌子 15:00-16:30 ● JazzボーカルWS 黒田ナオコ 	着物と 和のある暮らし Cocoなつつ市 
	6 着物と 和のある暮らし Cocoなつつ市 	7 9:00-10:00 ● めざまの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 ● 陰ヨガ★~★★ Yumi 14:00-18:00 ● 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	8 10:10-11:10 ● 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 ● メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ● ストレッチボール ★★Mika 18:30-19:30 ● 経絡ストレッチ ★Mika	9 10:10-11:10 ● 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 ● 骨盤ヨガ ★ともこ 13:00-17:00 ● 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」	10 10:10-11:10 ● バリダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ● バリダンス入門 Fumina 	11 9:00-10:00 ● 経絡ストレッチ ★★Mika 10:30-11:30 ● ベーシックヨガ ★~★★Mika 12:15-18:30 ● ピアノレッスン 広瀬治代
13 16:30うたすきっず 17:30みんなでハモリ部 Keiko	14 9:00-10:00 ● めざまの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 ● 陰ヨガ★~★★ Yumi アイシングクッキー 10:15-12:15 いのうえゆきこ 14:00-18:00 ● 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	15 10:10-11:10 ● 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 ● メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ● ストレッチボール ★★Mika	16 10:10-11:10 ● 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 ● 骨盤ヨガ ★ともこ 13:00-17:00 ● 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」	17 10:10-11:10 ● バリダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ● バリダンス入門 Fumina 	18 9:00-10:00 ● スライドボード&ストレッチ ★★ともこ 10:30-11:30 ● ベーシックヨガ ★~★★ともこ 14:00-16:00 ● フラワーアレンジメント 小山ちさ	19 9:00-10:00 ● モーニングフローヨガ ★★Tomoko 10:30-11:30 ● ポール&ピラティス ★~★★Tomoko 12:00-13:00 ● タイマッサージ ドライヘッドスパ
20 10:00-16:00 Cocoマルシェ 入場無料 	21 9:00-10:00 ● めざまの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 ● 陰ヨガ★~★★ Yumi ニットカフェ 毎月開催 14:00-18:00	22 10:10-11:10 ● 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 ● メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ● ストレッチボール ★★Mika 18:30-19:30 ● 経絡ストレッチ ★Mika	23 10:10-11:10 ● 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 ● 骨盤ヨガ ★ともこ 13:00-17:00 ● 美肌フェイシャル Hiroko 大人のダンス 15:00-16:30 REONA	24 	25 9:00-10:00 ● 経絡ストレッチ ★★Mika 10:30-11:30 ● ベーシックヨガ ★~★★Mika 12:15-18:30 ● ピアノレッスン 広瀬治代 13:30-15:00 ● かずたま術に 触れてみる会	26 9:00-10:00 ● ストレッチボール ★★Mika 10:30-11:30 ● ベーシックヨガ ★~★★Mika
27 14:00-15:15 氣と技 入門 Teru 15:30-16:45 氣と技 初級 Teru 16:30うたすきっず 17:30みんなでハモリ部 Keiko	28 9:00-10:00 ● めざまの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 ● 陰ヨガ★~★★ Yumi 着付けレッスン 14:30-16:30 なつ藤	29 10:10-11:10 ● 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 ● メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ● ストレッチボール ★★Mika 14:00-18:00 ● 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	30 10:10-11:10 ● 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 ● 骨盤ヨガ ★ともこ 13:00-17:00 ● 美肌フェイシャル Hiroko	みんなで ハモリ部 第2&4(月) 17:30-18:45 体験1000円 月謝4,000円	うたすきっず 小学生対象 第2&4(月) 16:30-17:30 体験1000円 月謝6,000円	大人の ピアノ 体験30分1000円 60分6000円 30分3000円 広瀬治代 

担当: Shinobu
【脂肪分解】
90分 10,000円
★会員特別価格



担当: Madoka
【肩スタイリング】
HBL 6,800円
肩ワックス



担当: Tomoko
【ドライヘッドスパ】
45分4,000円



担当: Tomoko
【タイマッサージ】
60分6,000円
90分9,000円
★会員限定
2,000円OFF



担当: Recia
【切らずにぱっちり】
初回体験 8,800円
90分16,000円



施術のご予約は
こちら



レッスンの
ご予約は
こちら



レッスン料金

月4回会員 10,240円*月末まで
 月8回会員 18,720円*月末まで
 回数券5回 16,100円*3か月有効
 回数券10回 27,800円*5か月有効
 週末5回 11,700円*2か月有効
 都度利用 3,550円

初回体験 1,100円

入会金 5,500円

*体験当日のご入会で
入会金半額

←← 4月から少し値上げします

ご予約はこちら

*レッスン2時間前まで

